

Comience la conversación si sospecha que alguien está en riesgo de suicidio

1. Demuéstrele que le importa.
“Realmente me preocupas”.
2. Pregúntele si piensa en suicidarse.
“Puedo imaginarme lo difícil que debe ser para ti”. ¿Has estado pensando en suicidarte?
3. Pida ayuda.
“Probablemente exista la posibilidad de que no te sientas así para siempre. Puedo ayudarte”.

Si está pensando en suicidarse, está preocupado por un amigo o ser querido, o le gustaría recibir apoyo emocional, la Línea Nacional de Prevención del Suicidio está disponible 24/7. Simplemente hable al respecto.

¡SIMPLEMENTE
HABLE AL
RESPECTO!

Llame al 1-800-273-8255
Disponibile durante las 24 horas del día.

DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DE ALABAMA
alabamapublichealth.gov/suicide

PREVENCIÓN
A NIVEL NACIONAL
SUICIDE
LIFELINE
1-800-273-TALK (8255)
suicidepreventionlifeline.org